

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ФЕДОРОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2 С УГЛУБЛЁННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ
ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ»

РАССМОТРЕНО

Протокол заседания
методического объединения
классных руководителей
от 30.08.2023 №3
Руководитель МО
_____ /Мантаева З.А./

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания
методического совета
от 30.08.2023 г. №6
Заместитель директора
_____ /Величугина Л.С./

УТВЕРЖДЕНО

Приказ
от 31.08.2023 г. №590
Директор школы
_____ /С.В. Капитонов/

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Ритмика»
для обучающихся 1-4 классов

Пояснительная записка

В соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (ФГОС НОО) основная образовательная программа начального общего образования реализуется через учебную и внеурочную деятельность, осуществляемую в формах, отличной от классно-урочной, и направленную на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования. Программа внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности «Ритмика» разработана в соответствии с требованиями ФГОС НОО к структуре программы воспитания и социализации учащихся, учитывает основные задачи развития образования в регионе (повышение эффективности системы воспитания и социализации обучающихся и воспитанников), определяет содержание и организацию внеурочной деятельности.

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Ритмика» разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- Методических рекомендаций по использованию и включению в содержание процесса обучения и воспитания государственных символов Российской Федерации, направленных письмом Минпросвещения от 15.04.2022 № СК-295/06;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р;
- СП 2.4.3648-20;
- СанПиН 1.2.3685-21;

ООП НОО МБОУ «Федоровская СОШ №2 с углублённым изучением отдельных предметов», утвержденной приказом от 31.08.2023 № 590

Данная программа является *модифицированной*, написанной на основе программ по хореографии для общеобразовательных школ: программа «Ритмика и танец» 1-8 классы: программа «Хореография и ритмика» 1-7 классы Щербаковой Н.Н., учителя хореографии высшей категории неполной средней школы №39 г. Рыбинска; программа «Хореография» 1-8 классы Пантелеевой Т.И - учителя средней школы №66 г. Тюмени; примерная основная общеобразовательная программа учебного предмета «Физическая культура» (модуль «Гимнастика») 1-4 классы под редакцией И.А.Винер (издательство «Просвещение, 2011год»).

Актуальность данного курса состоит в том, что в процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, в результате длительного поддержания статической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. На занятиях ритмикой увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма. Движение стимулирует процессы роста, развития и формирования организма, способствует становлению и совершенствованию высшей психической и эмоциональной сферы, активизирует деятельность жизненно важных органов и систем, поддерживает и развивает их, способствует повышению общего тонуса. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма.

Программа разработана для детей 7-10 лет. Именно этот возраст особенно благоприятен для начала серьезной и постоянной работы по введению ребенка в мир самостоятельного творчества: за плечами ребенка уже немалый путь психического развития, он «накопил» многое, что может стать предпосылками художественно-эстетических творческих способностей.

Среди психологических черт, благоприятных для эстетического развития, следует назвать неотделимость эмоций и познавательных процессов – восприятия, памяти, мышления. Занятия

внеурочной деятельностью по программе «В ритме танца» - благоприятное условие для развития воображения, эмоционального выплеска, музыкальности, координации движения, эстетического вкуса, художественно-творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти, кругозора. Ведь они открывают для ребенка потенциальную возможность пользоваться средствами хореографии для выражения собственного эмоционального отношения.

Благодаря всему этому, складываются условия, при которых каждый ребенок переживает успех, самостоятельно справляясь с встречающимися трудностями на пути создания хореографического номера. В целом происходит личностный рост человека, обретается опыт новых форм деятельности, развиваются способности к саморегуляции чувств и поведения, развивается творческая активность, что «является базовым ориентиром федеральных образовательных стандартов».

Группы учащихся могут формироваться как одновозрастные, так и разновозрастные. В коллективе разновозрастных групп – дети помогают друг другу, дополняя друг друга, старшие делятся умением и опытом, младшие - своей фантазией, эмоциональностью и непосредственностью.

Основная часть Паспорт программы

Наименование программы	«Ритмика»
Направленность программы	Спортивно-оздоровительное
Основание для разработки программы	- Федеральные государственные образовательные стандарты НОО (Приказ №286 от 31.05.2021г); - Положение о внеурочной деятельности учреждения
Разработчик программы	Учитель физической культуры (ритмики) Шандер Т.И.
Заказчик	МБОУ «Федоровская СОШ №2 с углубленным изучением отдельных предметов»
Цель программы	Развитие творческого потенциала каждого ребенка, овладение учащимися навыками коллективного взаимодействия и общения по средствам хореографии
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие интереса к занятиям ритмикой, формам активного досуга, развитие координации движения, эстетического вкуса, художественно-творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти, кругозора; • Формирование общих представлений о культуре движений; • Формирование культуры общения между собой и окружающими; • Развитие музыкальности, способности становления музыкально-эстетического сознания через воспитание способности чувствовать, эстетически переживать музыку в движениях; • Развитие умения воспринимать развитие музыкальных образов, передавать их в движениях, согласовывая эти движения с характером музыки, средствами музыкальной выразительности; • Формирование красивой осанки, выразительности пластики движений и жестов в танцевальных этюдах; • Воспитание организованной, гармонически развитой личности;
Целевые группы программы	Учащиеся 1- 4 классов
Исполнители основных мероприятий	Администрация МБОУ «Федоровская средняя общеобразовательная школа №2 с углублённым изучением отдельных предметов», учитель
Ожидаемый результат	- успешно реализуемая программа внеурочной деятельности; - образовательные проекты, участие в мероприятиях и конкурсах в рамках художественно - эстетической направленности; - методические разработки по данной направленности; - участие в хореографических конкурсах.
Сроки реализации	4 года (135 часов)

программы	1 час в неделю (1 класс – 33 часа, 2-4 классы - 34 часа)
Система организации контроля исполнения программы	Общий контроль за ходом реализации Программы осуществляет директор МБОУ «Федоровская средняя общеобразовательная школа №2 с углублённым изучением отдельных предметов»; оперативный контроль - заместитель директора по учебно - воспитательной работе.
Ресурсное обеспечение программы	- кадровое (администрация, педагоги, педагоги-психологи и т.д); - материально-техническое (специализированный хореографический класс, ноутбук, колонки, музыкальный центр); - финансовое; - учебно-методическое пособия, интернет-ресурсы и др.

Планируемые результаты изучения предмета «Ритмика»

В результате изучения «Ритмики» у обучающихся будут сформированы:

- *личностные результаты* - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей; положительное отношение к урокам физической культуры (ритмике), познавательной мотивации к истории возникновения физической культуры; понимания значения физической культуры для укрепления здоровья человека;

- *метапредметные результаты* – обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий; самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств; использовать национальные игры во время прогулок; различать понятия «физическая культура» и «физические упражнения»; определять влияние физических упражнений на здоровье человека; различать, группировать подвижные и спортивные игры; группировать народные игры по национальной принадлежности; устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке; отвечать на вопросы и задавать вопросы; рассказывать о влиянии физических упражнений на организм человека; рассказывать об истории появления гимнастики; договариваться и приходить к общему решению, работая в паре.

- *предметные результаты* – выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение; выполнять правила поведения на уроках; рассказывать о режиме дня первоклассника, о личной гигиене, о правильной осанке; называть основные физические качества человека; определять подвижные и спортивные игры; выполнять строевые упражнения; выполнять различные виды ходьбы; выполнять прыжки на одной и двух ногах на месте, с продвижением вперёд, с поворотом на 90°; прыгать через неподвижную и качающуюся скакалку; лазить по гимнастической стенке и по наклонной скамейке; перелезать через гимнастическую скамейку и горку матов; выполнять танцевальные шаги; играть в подвижные игры; выполнять элементы спортивных игр. Учащиеся получают возможность научиться: рассказывать о влиянии физических упражнений на организм человека; определять причины, которые приводят к плохой осанке; рассказывать об истории появления гимнастики, лёгкой атлетики; различать подвижные и спортивные игры; самостоятельно составлять и выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств; выполнять упражнения для формирования правильной осанки; играть в подвижные игры во время прогулок.

К концу 1 класса

Личностные результаты

Сформированность внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям. Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Метапредметные результаты

регулятивные:

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- накопление представлений о ритме, синхронном движении;
- вносить коррективы в свою работу;
- наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности

познавательные:

- навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;
- понимать цель выполняемых действий;
- адекватно оценивать правильность выполнения задания;
- самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств;
- использовать национальные игры во время прогулок.
- находить нужную информацию в словаре учебника;
- знать понятия «анфас» и «профиль»;
- определять влияние физических упражнений на здоровье человека.

Учащиеся получают возможность научиться:

- различать, группировать подвижные и спортивные игры;
- характеризовать основные физические качества;
- группировать народные игры по национальной принадлежности;
- устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке.

коммуникативные:

- умение координировать свои усилия с усилиями других;
- задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций;
- выслушивать друг друга;
- рассказывать об истории возникновения физической культуры, о режиме дня первоклассника, о личной гигиене, о правильной осанке.

Учащиеся получают возможность научиться:

- рассказывать о влиянии физических упражнений на организм человека;
- рассказывать об истории появления гимнастики, лёгкой атлетики;
- высказывать собственное мнение о значении физической культуры для здоровья человека;
- договариваться и приходить к общему решению, работая в паре.

Предметные результаты

Учащиеся научатся:

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;
- под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- выполнять игровые и плясовые движения;
- выполнять правила поведения на уроках ритмики;
- рассказывать об истории возникновения танца;
- различать понятия «пантомима» и «ось»;
- понимать значение физических упражнений для здоровья человека;
- называть основные способы передвижений человека;

- рассказывать о режиме дня первоклассника, о личной гигиене, о правильной осанке;
- определять подбор одежды и инвентаря для лыжных прогулок;
- называть основные физические качества человека;
- определять подвижные и творческие игры;
- выполнять строевые упражнения;
- выполнять различные виды ходьбы;
- перелезать через гимнастическую скамейку и горку матов;
- выполнять танцевальные шаги;
- играть в подвижные игры;
- выполнять элементы спортивных игр.

Учащиеся получают возможность научиться:

- рассказывать о влиянии физических упражнений на организм человека;
- определять причины, которые приводят к плохой осанке; выполнять упражнения для формирования правильной осанки;
- рассказывать об истории появления гимнастики, лёгкой атлетики;
- различать подвижные и спортивные игры;
- самостоятельно составлять и выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств;
- играть в подвижные игры во время прогулок.

К концу 2 класса

Личностные результаты

Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы. Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки. Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

Метапредметные результаты

регулятивные:

- умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- самовыражение ребенка в движении, танце;
- понимать цель выполняемых действий;
- выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;
- адекватно оценивать правильность выполнения задания;
- использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;
- анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);
- вносить коррективы в свою работу.

Учащиеся получают возможность научиться:

- продумывать последовательность упражнений, составлять комплексы упражнений утренней гимнастики, по профилактике нарушений осанки, физкультминуток;
- объяснять, какие приёмы были использованы при выполнении задания;
- самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств;
- координировать взаимодействие с партнёрами в игре;
- организовывать и проводить подвижные игры во время прогулок и каникул.

познавательные:

Учащиеся научатся:

- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;

- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- различать, группировать подвижные и спортивные игры;
- характеризовать основные физические качества;
- группировать игры по видам;
- устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке.

коммуникативные:

Учащиеся научатся:

- договариваться и приходиться к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение координировать свои усилия с усилиями других;
- рассказывать об истории танца, о профилактике нарушений осанки;
- высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека;
- договариваться и приходиться к общему решению, работая в паре, в команде.

Учащиеся получают возможность научиться:

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- формулировать собственное мнение и позицию;
- задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений;
- понимать действия партнёра в игровой ситуации.

Предметные результаты

Учащиеся научатся:

- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, подскок»;
- выполнять правила поведения на уроках физической культуры;
- называть меры по профилактике нарушений осанки;
- определять влияние занятий физической культурой на воспитание характера человека;
- выполнять строевые упражнения;
- выполнять различные виды танцевального шага, бега;
- выполнять стойку на лопатках;
- лазить по гимнастической стенке и по наклонной скамейке;
- выполнять танцевальные шаги;
- играть и подвижные игры;
- выполнять элементы спортивных игр.

Учащиеся получают возможность научиться:

- понимать влияние физических упражнений на физическое развитие человека;
- рассказывать о видах хореографии;
- самостоятельно составлять и выполнять комплексы упражнений, направленных на развитие определённых физических качеств;
- выполнять упражнения, направленные на профилактику нарушений осанки;
- организовывать и играть в подвижные игры во время прогулок.

К концу 3 класса

Личностные результаты

Сформированность самооценки, включая осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха; умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность, создать неповторяемый сценический образ. Раскрепощаясь сценически, обладая природным артистизмом, ребенок может мобильно управлять своими эмоциями, преображаться, что способствует развитию души, духовной сущности человека.

Учащиеся получают возможность для формирования:

- познавательной мотивации к истории возникновения танца;

- понимания физической культуры и здоровья как факторов успешной учёбы и социализации;
- самостоятельности в выполнении личной гигиены;
- понимания личной ответственности за своё поведение в подвижных играх (на основе правил и представлений о нравственных нормах);
- способности проявлять волю во время выполнения физических упражнений, трудолюбие, упорство в развитии физических качеств;
- способности к самооценке;
- саморегуляции в управлении своими эмоциями в различных ситуациях.

Метапредметные результаты

регулятивные:

Учащиеся научатся:

- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- умение действовать по плану и планировать свою деятельность.
- умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
- руководствоваться правилами поведения на уроках физической культуры;
- продумывать и устанавливать последовательность упражнений в комплексах утренней гимнастики, по профилактике нарушений осанки, физкультминуток, руководствуясь правилами;
- объяснять, какие технические приёмы были использованы при выполнении задания;
- самостоятельно выполнять заданные комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств;
- координировать взаимодействие с партнёрами в игре, этюдной работе;
- анализировать и оценивать результаты, находить возможности и способы их улучшения (под руководством учителя);
- участвовать в подвижных играх, руководствуясь правилами.

Учащиеся получают возможность научиться:

- ставить собственные цели и задачи по развитию физических качеств;
- планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- осмысленно выбирать способы и приёмы действий при выполнении физических упражнений и в спортивных играх;
- соотносить свои результаты с показателями физической нагрузки;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- самостоятельно организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- выделять эстетические характеристики в движениях человека, оценивать красоту телосложения и осанки;
- организовывать подвижные игры во время прогулок.

познавательные:

Учащиеся научатся:

- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами);
- осуществлять поиск необходимой информации, используя различные справочные материалы;
- различать виды танцев;
- устанавливать взаимосвязь между занятиями физической культурой и воспитанием характера человека.

коммуникативные:

Учащиеся научатся:

- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- рассказывать об истории зарождения танца;

- выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам хореографии;
- задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений;
- понимать действия партнёра в игровой ситуации.

Учащиеся получают возможность научиться:

- участие в музыкально-концертной жизни класса, школы;
- участвовать в беседе и рассказывать о первых соревнованиях, о достижениях российских спортсменов на Олимпийских играх;
- высказывать собственное мнение о значении физической культуры для здоровья человека, для личного здоровья;
- задавать вопросы уточняющего характера по организации игр;
- координировать взаимодействие с партнёрами в игре;
- договариваться и приходить к общему решению;
- дополнять или отрицать суждение, приводить примеры.

Предметные результаты

Учащиеся научатся:

- воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений;
- рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- руководствоваться правилами поведения на уроках физической культуры;
- понимать значение физической подготовки;
- определять частоту сердечных сокращений при физической нагрузке;
- руководствоваться правилами составления комплексов упражнений, направленных на развитие физических качеств;
- выполнять строевые упражнения;
- выполнять различные виды ходьбы и бега;
- выполнять несколько перекат, выполнять стойку на лопатках, выполнять «мост» из положения лёжа на спине;
- перелезть через гимнастическую скамейку и горку матов;
- выполнять танцевальные шаги;
- играть в подвижные игры;

Учащиеся получают возможность научиться:

- определять влияние физической подготовки на развитие физических качеств;
- соотносить свои результаты с показателями физической нагрузки;
- понимать влияние закалывания на организм человека;
- самостоятельно составлять и выполнять комплексы упражнений, направленных на развитие определённых физических качеств;
- выполнять комбинации из элементов акробатики;
- организовывать и играть в подвижные игры во время прогулок.

К концу 4 класса

Личностные результаты

Личностные результаты освоения программы на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

- становление ценностного отношения к истории и развитию танцевальной культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;

- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных, танцевальных игр и творческих выступлений, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время творческой деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий хореографической культурой и историей на их показатели.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности.

По окончании года обучения обучающиеся научатся:

познавательные УУД:

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов хореографии;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений;

коммуникативные УУД:

- воспроизводить названия разучиваемых хореографических упражнений и их исходные положения;
- высказывать мнение о положительном влиянии хореографических занятий, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- управлять эмоциями во время хореографических занятий и проведения подвижных, танцевальных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

регулятивные УУД:

- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;
- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты

- необходимые сведения о многообразии танцев особенностях танцев народов мира, эстрадных танцев;
- танцевальной азбуке, танцевальных позициях, элементы музыкальной грамоты;
- работать с танцевальными движениями: стилизация народного танца, эстрадного, современного танца, импровизировать;
- навыки самостоятельной работы, в паре и работы в группе;
- выступать перед публикой, зрителями;
- самостоятельно выбирать, организовывать небольшой творческий проект;
- иметь первоначальный опыт самореализации в различных видах творческой деятельности, формирования потребности и умения выражать себя в доступных видах творчества, игре и использовать накопленные знания.

Содержание программы

Данная программа содержит занятия направленные на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин.

Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы — развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков. Материал программы включает следующие разделы:

1. Ритмика.
2. Танцевальная азбука.
3. Гимнастика с основами акробатики.
4. Танцевальные игры.
5. Беседы по хореографическому искусству.
6. Танец.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания по музыкальному этикету. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений, игр и танцев.

С первых уроков дети, приобретают опыт музыкального восприятия. Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий:

- правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;
- художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом преподавания.

«Ритмика»

Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкально-развивающие игры для школьников, слушание и разбор танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма, обогащение музыкально — слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

«Танцевальная азбука»

Этот раздел включает изучение основных позиций и движений классического, народно — характерного и эстрадного и современного танца. Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии.

«Гимнастика с основами акробатики»:

- акробатические упражнения: «перекат», стойка на лопатках из упора присев, «мост» из положения лёжа на спине, «колесо»;
- гимнастические упражнения на развитие шага, выворотности, гибкости, осанки, прыжка и т.п..

Главная задача педагога при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и чёткого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся.

«Танцевальные игры»

Организация творческой деятельности учащихся позволяет педагогу увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал. В этом разделе детям предоставляется возможность «побыть» хореографом, постановщиком, репетитором, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия, определить их лидерские качества. Подвижные игры:

- музыкальные игры: «Крокодил», «День-ночь», «Воробьи, вороны », « Путаница », «Повтори »;
- на материале гимнастики с основами акробатики: «Морская фигура», «Картина», «Кто это?», «Пластинин»;
- национальные игры: русская народная игра «Гори, гори ясно», белорусская народная игра «Ворота».

«Беседы по хореографическому искусству»

Беседы проводятся отдельным занятием 1 раз в четверть и дополняются наглядными пособиями, прослушиванием или просмотром записей фрагментов из балетов, творческих концертов и т.д.

Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течение всего года обучения; включает в себя лекции по истории появления танца, общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и особенностях. Цель занятий состоит в том, чтобы помочь учащимся ясно представить себе исторический путь развития хореографического искусства, его связь с другим видами искусства.

«Танец»

Этот раздел включает изучение народных плясок, исторических, современных, бальных и эстрадных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. Изучение танцевальных комбинаций, отработка выученных элементов. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца. Выступление на общешкольных мероприятиях, обсуждение (что получилось, что не получилось, над чем еще необходимо поработать).

Формы и методы проведения занятий, технологии и дидактические средства.

Содержание программного материала, структура Программы и новые ФГОСы определяют некоторые особенности методики преподавания данного курса и кардинальные изменения в деятельности учителя, в выборе технологий и дидактических средств.

Формы организации внеурочных занятий: презентации, индивидуальная, групповая, коллективная деятельность.

В процессе обучения используются следующие **методы** организации внеурочной деятельности:

- *ознакомление* - создание общего предварительного представления, об элементе, которое лежит в основе сознательного освоения любого двигательного действия. В результате первичных сведений о новом элементе (форме, амплитуде, направлении приложения усилия, позиции) и двигательного навыка, накопленного в памяти обучающегося, устанавливаются общие связи, обеспечивающие построение исходной программы предстоящих двигательных действий.
- *разучивание, закрепление навыка* - непосредственное овладение основами техники выполнения элемента. На данном этапе в результате активной совместной работы учителя и обучающегося уточняются представления о динамике движения, осуществляется закрепление двигательного навыка, осуществляется связь с предыдущими изученными движениями.
- *совершенствование техники* - на данном этапе осуществляется твердое усвоение двигательного навыка, умение выполнять движения ритмически верно, в том числе в паре.

Применение таких методов, технологий и дидактических средств опирается на инициативность, самостоятельность, активность учащихся в ходе занятия ритмикой. При этом задача учителя сводится к тому, чтобы создать условия для их инициативы. Чтобы ребенок был инициативен, учитель должен отказаться от роли «носителя информации» и роли арбитра. При таком обучении учитель выступает как помощник, сопровождающий собственный поиск учащихся.

На разных этапах занятия учитель выступает в различных ролевых позициях:

- *фасилитатор* - консультант. Побуждает к самостоятельному поиску задач и их решений. Владеет способами задавать вопросы. При этом создает атмосферу безопасного выражения учениками своего мнения.

- *координатор*. Помогает отслеживать движение поиска, связывая или противопоставляя отдельные высказывания, а также выполняет отдельные функции, например, очередность высказывания.

Все выше названные позиции учитель может выстраивать при условии владения им соответствующими средствами (и только тогда он сможет научить этому учащихся):

- эмоциональные позиции (позиции непонимающего, сомневающегося, внимательного слушателя);

- игровые позиции (герой - вдохновитель, заказчик, спорщик);

- рефлексивные позиции (Я - дерево, я - птичка, я - камень, я - облако, я - взрослый и т. д.)

Учебно-тематический план

№	Наименование разделов	Кол - во часов	В том числе		Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы ЭОР
			Теорет. занятия	Практич. занятия		
1 класс						
1.	«Ритмика»	7	1	6	Рассказ. Практическая работа	https://znanio.ru/media/chto-dolzhen-znat-tantsor-o-muzyke-znakomstvo-detej-s-elementarnymi-ponyatiyami-muzykalnoj-gramoty-neobhodimymi-dlya-zanyatij-tantsami-v-pomosch-horeografu-i-kontsertmejsteru-2524665
2.	«Танцевальная азбука»	6	2	4	Практическая работа	https://drive.google.com/file/d/1B0FFEINEb5zEmQamqzx7rYhL2hUhe3P/view?usp=sharing
3.	«Гимнастика с основами акробатики»	6	2	4	Рассказ. Практическая работа	https://www.youtube.com/watch?v=5rR7RndIGTY&list=RDCMUCHMc6uzQYq_mR8bHy2YLzAg&index=37
4.	«Танцевальные игры»	6	-	6	Занятие - игра	https://docs.google.com/document/d/19KsjZSYGrkP6NC48KeyaFZ3J99i8GMjnlVE7dY3No8/edit?usp=sharing https://studbooks.net/1131006/kulturologiya/obraz_tantse
5.	«Беседа по хореографическому искусству»	4	4	-	Беседа, лекция.	https://youtu.be/UU1qE3WTU8s https://youtu.be/SahcfV8N_BA https://docs.google.com/presentation/d/193McDUfj8TzRXztlKZg3ZGOoW4AgzABx/edit?usp=sharing&ouid=117632361348284453464&rtpof=true&sd=true
6.	«Танец»	4	-	4	Практическая работа. Самостоятельная работа	https://docs.google.com/document/d/16yq9tsRaaM0Kt5SvmozJ6jIF7DXi8lln/edit?usp=sharing&ouid=117632361348284453464 https://docs.google.com/document/d/16yq9tsRaaM0Kt5SvmozJ6jIF7DXi8lln/edit?usp=sharing&ouid=117632361348284453464&rtpof=true&sd=true
Итого:		33	9	24		
2 класс						
1	«Ритмика»	4	1	3	Рассказ. Практическая работа	https://znanio.ru/media/chto-dolzhen-znat-tantsor-o-muzyke-znakomstvo-detej-s-elementarnymi-ponyatiyami-muzykalnoj-gramoty-neobhodimymi-dlya-zanyatij-tantsami-v-pomosch-horeografu-i-kontsertmejsteru-2524665

2	«Танцевальная азбука»	6	2	4	Практическая работа	https://drive.google.com/file/d/1B0FFEINEb5zEmQamqzx7rYhlL2hUhe3P/view?usp=sharing https://www.youtube.com/watch?v=urdf_Arq9BQ
3.	«Гимнастика с основами акробатики»	6	2	4	Рассказ. Практическая работа	https://catalog.prosv.ru/attachment/c83f856d0294eef2f2e0b0a1d83d1385d9a0aeb3.pdf
4.	«Танцевальные игры»	8	-	8	Занятие - игра	https://docs.google.com/document/d/19KsjZSYGrkP6NC48KeyaFZ3J99i8GMjnlVE7dY3No8/edit?usp=sharing https://studbooks.net/1131006/kulturologiya/obraz_tantse https://studwood.ru/574729/kulturologiya/teatralizatsiya_tv_orcheskiy_metod_organizatsii_prazdnichnogo_sobytiya
5.	«Беседы по хореографическому искусству»	4	4	-	Беседа, лекция.	https://drive.google.com/open?id=1N1F3_BkITDDTt6Lfl_KDguppDQ-t0OC8B https://docs.google.com/presentation/d/193McDUfj8TzRXztlKZg3ZGOoW4AgzABx/edit?usp=sharing&ouid=117632361348284453464&rtfpof=true&sd=true
6.	«Танец»	6	-	6	Практическая работа. Самостоятельная работа	https://www.youtube.com/watch?v=mC8PSaBptK8 https://www.youtube.com/watch?v=IyL3C5hve8c https://www.youtube.com/watch?v=ODj9dMrFMpg https://drive.google.com/file/d/1HrViZ9ogi2C6YfCWLZOegvy8YEPiVnAD/view?usp=sharing
	Итого:	34	9	25		
3 класс						
1	«Ритмика»	4	1	3	Рассказ. Практическая работа	https://quimizriha.webnode.ru/news/instruktsiya-po-tekhnike-bezopasnosti-po-ritmike/ https://www.youtube.com/watch?v=4Oxoa4mKIUA
2	«Танцевальная азбука»	6	2	4	Практическая работа	https://www.youtube.com/watch?v=urdf_Arq9BQ https://www.youtube.com/watch?v=9DGa6Mp0nec Классический танец. Прыжок "saute". - поиск Яндекса по видео (yandex.ru) прыжок эшапэ - поиск Яндекса по видео (yandex.ru)

3.	«Гимнастика с основами акробатики»	6	2	4	Рассказ. Практическая работа	https://www.youtube.com/watch?v=EFJteiNnINc&list=RD CMUCHMc6uzQYq_mR8bHy2YLzAg&index=16 https://www.youtube.com/watch?v=5rR7RndIGTY&list=RDCMUCHMc6uzQYq_mR8bHy2YLzAg&index=37 https://www.youtube.com/watch?v=Gr14s76jHXo&list=RDCMUCHMc6uzQYq_mR8bHy2YLzAg&index=4
4.	«Танцевальные игры»	8	-	8	Занятие - игра	https://docs.google.com/document/d/19KsjZSYGrkP6NC48KeyaFZ3J99i8GMjnlVE7dY3No8/edit?usp=sharing https://youtube.com/playlist?list=PL1c4WliQBUOtGS59-pCjpvMhvqFVuccZp
5.	«Беседы по хореографическому искусству»	4	4	-	Беседа, лекция.	https://drive.google.com/open?id=1dSJAzuQeUbPZoIaM-jbsn06F-uA492L9 https://drive.google.com/open?id=1VACwIgbD18VpXoIV04RTPZXWfsUvHpL
6.	«Танец»	6	-	6	Практическая работа. Самостоятельная работа	https://drive.google.com/open?id=1W_fOjVorK4g9loaNC OAshyZPweeRfAI1 https://drive.google.com/file/d/1QDg1KcbvIHTpPY4SRE XyaKC8ncZM3r6k/view?usp=sharing
Итого:		34	9	25		
4 класс						
1	«Ритмика»	4	1	3	Рассказ. Практическая работа	https://quimizriha.webnode.ru/news/instruktsiya-po-tekhnikе-bezopasnosti-po-ritmike/ https://www.youtube.com/watch?v=4Oxoa4mKIUA
2	«Танцевальная азбука»	6	2	4	Практическая работа	Классический танец. Прыжок "saute". - поиск Яндексa по видео (yandex.ru) прыжок эшапэ - поиск Яндексa по видео (yandex.ru) https://youtu.be/u3N4GstRH_A
3.	«Гимнастика с основами акробатики»	6	2	4	Рассказ. Практическая работа	Как научиться делать колесо - поиск Яндексa по видео (yandex.ru) https://www.youtube.com/watch?v=5rR7RndIGTY&list=RDCMUCHMc6uzQYq_mR8bHy2YLzAg&index=37 https://youtu.be/Fn8ZdsFaiw8

4.	«Танцевальные игры»	4	-	4	Занятие - игра	https://studbooks.net/1131006/kulturologiya/obraz_tantse https://docs.google.com/document/d/19KsjZSYGrkP6NC48KeyaFZ3J99i8GMjnlVE7dY3No8/edit?usp=sharing
5.	«Беседы по хореографическому искусству»	4	4	-	Беседа, лекция.	https://nadejdaclab.jimdofree.com/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0/3-%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%81%D1%8B/%D1%81%D0%BE%D0%B2%D1%80-%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B5%D1%86/
6.	«Танец»	10	-	10	Практическая работа. Самостоятельная работа	https://youtu.be/TaW9dqLbQzk https://drive.google.com/file/d/1UYsEGoySMa8qvgndhr5RbuiuRNhiVPJS/view?usp=sharing https://yandex.ru/efir?stream_id=4699d9bf701e7bbc92740659959283ca&from_block=player_share_button_yavideo
Итого:		34	9	25		

Система отслеживания и оценивания результатов обучения

Система отслеживания и оценивания результатов обучения детей проходит через участие в конкурсах, фестивалях, массовых мероприятиях различного уровня. Предусматривает взаимодействие с социальными партнерами: МАУДО «Центр детского творчества», МАУ КДЦ «Премьер» и др.

Эффективной формой оценивания и подведения итогов деятельности обучающихся является портфолио. Портфолио – это сборник работ и результатов творческой деятельности учащегося, которые демонстрируют его усилия, прогресс и достижения на различных этапах жизни.

Итоговым этапом освоения программы является общешкольное мероприятие «Фестиваль детского творчества», на котором каждый учащийся или группа учащихся демонстрирует свои достижения в виде выступления.

Список источников:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования - М.: Просвещение, 2011г.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования - М.: Просвещение, 2013г.
3. Программа «Ритмика и танец» 1-8 классы: программа «Хореография и ритмика» 1-7 классы Щербаковой Н.Н., учителя хореографии высшей категории неполной средней школы №39 г. Рыбинска; программа «Хореография» 1-8 классы Пантелеевой Т.И - учителя средней школы №66 г. Тюмени
4. «Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование» / под редакцией В.А.Горского. - М.: Просвещение, 2011г.
5. Положение по организации внеурочной деятельности МБОУ «Федоровская СОШ №2 с углублённым изучением отдельных предметов», приказ № 430 от 30.08.2013г.

Учебно-методическое обеспечение.

1. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат» - М.: ТЦ Сфера, 2009г.
2. Барышникова Т. «Азбука хореографии» - М.: Айрис Пресс, 1999г.
3. Ваганова А. Я. «Основы классического танца» - С.-П., 2000г.
4. Воронина И. «Историко-бытовой танец» - М.: Искусство, 1980г.
5. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина - Волгоград: Учитель, 2008г.
6. Сидоров В. Современный танец. – М.: Первина, 1992. – 300 с.

7. Физическая культура. Гимнастика 1-4 класс. Учеб. для общеобразоват. организаций /И.А.Винер, Н.М.Горбулина, О.Д.Цыганкова; под ред. И.А.Винер – 3-е изд.. М.Просвещение, 2016.-127с.
8. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. – М.: Искусство, 1985. – 260 с.
9. Шершнев В.Г. «От ритмики к танцу» - М., 2008г.
10. Учите детей танцевать. Учебно-методическое пособие. - М., Владос, 2002г.